

Liebe Vereinsmitglieder,

im Namen des Vorstandes Sport und gemeinsam mit meinem Stellvertreter heiÙe ich euch herzlich zur diesjähriigen Mitgliederversammlung willkommen. Es ist uns eine groÙe Freude, euch alle hier zu sehen und gemeinsam die Zukunft unseres Vereins zu gestalten.

Zu Beginn dieser Versammlung möchten wir einen Überblick über die verschiedenen Sportbereiche geben, die unser Verein anbietet. Unser Verein ist stolz darauf, ein breites Spektrum an sportlichen Aktivitäten anzubieten, die die unterschiedlichen Interessen und Bedürfnisse unserer Mitglieder abdecken. Von Mannschaftssportarten bis hin zu individuellen Disziplinen haben wir für jeden etwas zu bieten.

Besonders möchten wir heute die Bereiche Turnen und Kindersport hervorheben.

Das Turnen ist eine grundlegende Disziplin, die nicht nur die körperliche Fitness fördert, sondern auch das Selbstvertrauen und die koordinativen Fähigkeiten unserer Mitglieder stärkt. Wir sind stolz auf die Leistungen unserer Turnerinnen und auf das Engagement unserer Trainer, die ihr Wissen und ihre Erfahrung teilen, um unsere Sportlerinnen und zu unterstützen.

Der Kindersport ist ein Bereich, dem wir besondere Aufmerksamkeit schenken. Die Förderung der sportlichen Entwicklung unserer jüngsten Mitglieder liegt uns am Herzen. Wir möchten eine Atmosphäre schaffen, in der Kinder nicht nur Spaß am Sport haben, sondern auch wichtige Werte wie Teamgeist, Fairplay und Respekt erlernen. Zusätzlich möchten wir die Bedeutung unserer Kinderschwimmschule hervorheben, die unseren jungen Mitgliedern die Möglichkeit bietet, nicht nur die Grundlagen des Schwimmens zu erlernen, sondern auch weiterführende Fertigkeiten zu entwickeln. Wir legen großen Wert darauf, dass unsere Kinder nicht nur sicher im Wasser sind, sondern auch die Freude und den Respekt für dieses lebenswichtige Element entdecken. Unsere engagierten Schwimmlehrerinnen und -lehrer stehen bereit, um unsere jungen Mitglieder auf ihrem Weg zu selbstbewussten und kompetenten Schwimmerinnen und Schwimmern zu begleiten.

In den kommenden Stunden haben wir die Möglichkeit, gemeinsam über die Zukunft unseres Vereins zu diskutieren und wichtige Entscheidungen zu treffen. Wir freuen uns auf eure Ideen, euer Feedback und eure Unterstützung, um unseren Verein weiter voranzubringen.

Vielen Dank für eure Teilnahme an dieser Versammlung. Lasst uns gemeinsam dafür sorgen, dass unser Verein auch weiterhin ein Ort des Sports, der Gemeinschaft und des Miteinanders bleibt.

Mit sportlichen GrüÙen

Vorstand Sport

Stv. Vorstand Sport

Abteilung Turnen

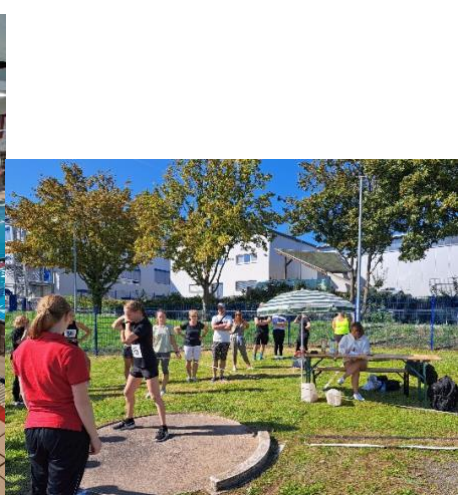
Vorschulturnen:

Insgesamt sind 54 Kinder in drei Gruppen organisiert: Die erste Gruppe (Mutter-Kind bzw. 2-3 Jahre) umfasst 14 Kinder. Die zweite Gruppe (3-5 Jahre) besteht aus 21 Kindern. Die dritte Gruppe (5-7 Jahre) zählt 19 Kinder. Die Gruppengröße reguliert sich erfahrungsgemäß durch Urlaube und Krankheiten von selbst. Beim Mutter-Kind-Turnen ist die Krankheitswelle besonders spürbar, wobei oft nur 6-8 Kinder anwesend sind. Erfreulicherweise nehmen jedoch konstant 3 Väter mit ihren Kindern an diesem Programm teil. Über die Jahre hat die Anzahl der verhaltensauffälligen Kinder in der zweiten (3-5 Jahre) und dritten Gruppe (5-7 Jahre) zugenommen. Als Helfer unterstützen Kaya, Maureen und Swetlana, (beides C-Lizenzierte Trainerinnen) letztere jedoch befindet sich derzeit aufgrund von Prüfungen in einer Ausnahmesituation.

Gerätturnen:

Etwa 110 Turnerinnen zwischen 5 und 23 Jahren sind in 10 Turngruppen organisiert: 4 Freizeitgruppen mit 1-2 Trainings pro Woche und 6 Leistungsgruppen mit 2 (die jüngsten) bis 4 Einheiten pro Woche. Von insgesamt 15 Trainern und Helfern werden sie unterstützt. Es gibt 11 Kampfrichter (2xB Lizenz, 2x C Lizenz, 7x D Lizenz). Die Teilnahme an 16 Wettkämpfen im letzten Jahr umfasste P-Stufen Wettkämpfe (hier starten bereits die jüngsten mit 6/7 Jahren), Lk Wettkämpfe (mit eigens zusammengestellten Übungen), Mehrkampfettkämpfe (Kombination mit Leichtathletik und Schwimmen) sowie Wettkämpfe der STB Bezirksliga Mannschaft. Es werden Trainingslager im leistungsorientierten Bereich veranstaltet, mit Training am Montag und Dienstag in der TFF Halle, Mittwoch, Donnerstag und Freitag in der Hattenbühlschule, sowie Wochenendtrainings in Hallen mit besseren Voraussetzungen, um schwierigere Elemente sicher zu erlernen. Für die Mehrkampfettkämpfe wurden Zusatztrainings von Eltern organisiert. Ein Angebot zur Fußstabilität und Prävention sensibilisiert die Turnerinnen für eine gesunde Haltung im Sport und im Alltag. Regelmäßiges Ferientraining für alle Gruppen, der Besuch des Landeskinderturnfestes in Esslingen, sowie eine Weihnachtsfeier mit selbst geplanten Auftritten der Gruppen sind Teil des Programms. Seit letztem Jahr gibt es eine sehr gute Online-Präsenz bei Instagram, dank Nicole Steisel.





Mehrkampfwettkampf



Aussicht dieses Jahr:

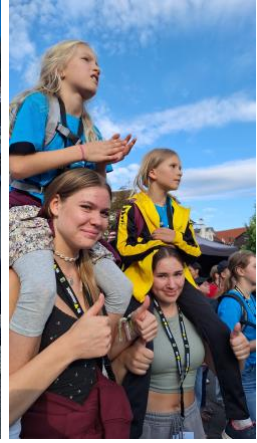
Das regelmäßige Wochenendtraining wird fortgesetzt. Es werden Ferientrainingsangebote selbstverständlich angeboten. Ein Leichtathletik-Training zur Vorbereitung auf Mehrkampf-Wettkämpfe ab Ostern wird angeboten - herzlichen Dank an Herrn Rosenberg und Herrn Schlierer. Die Schulung zur Fußstabilität wird erneut angeboten - herzlichen Dank an Frau Schöll! Ein Trainingslager in den Osterferien in Istein ist geplant. Zu unserer Bezirksligamannschaft soll eine zweite Mannschaft in der Kreisliga B hinzukommen. Es ist die geplante Teilnahme an mindestens 19 Wettkämpfen vorgesehen. Am Landesturnfest Ende Mai wird die Teilnahme für Mädchen ab 12 Jahren ermöglicht. Nicole Steisel lässt sich zum Trainer mit C-Lizenz ausbilden.



Schulung zur Fußstabilität durch Frau Schöll

Auf lange Sicht:

Es sind geplante Neuanschaffungen von Geräten, insbesondere Stufenbarren, vorgesehen, für die eine große Spendensammlung geplant ist. Es wird intensiv nach Trainerinnen gesucht! Aufgrund von Lebensveränderungen bei unseren jungen Trainerinnen - sei es durch Studium, Umzug, etc. - benötigen wir immer wieder dringend neue Trainer und Übungsleiter! Wir freuen uns über jede Unterstützung!



Kindersportschule und Schwimmschule

TFF-Sporties-ATuKi (Abenteuerturnen für Kinder)

Der Eltern-Kind-Kurs richtet sich an Kinder im Alter von 2 bis 4 Jahren und ist in drei Kursblöcke pro Jahr unterteilt, wobei jeder Block 11 bis 12 Kursstunden umfasst. Insgesamt nehmen 72 Kinder an dem Kurs teil, aufgeteilt in drei Gruppen mit jeweils 24 Kindern. Das Programm umfasst einen eigenen Orientierungsplan, der jede Kursstunde mit dem Aufbau eines neu gestalteten Großgeräteparcours und verschiedenen Stationen mit Kleingeräten und Materialien bereichert. Die Ziele des Kurses sind die spielerische Förderung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten der Kinder sowie die Schulung allgemeiner sportmotorischer Fertigkeiten.

Sporties-KiSS (Kindersportschule)

Der Kurs für Kinder im Alter von 4 bis 12 Jahren ist in drei Kursblöcke pro Jahr unterteilt, wobei jeder Block 11 bis 12 Kursstunden umfasst. Insgesamt nehmen 140 Kinder an dem Kurs teil, aufgeteilt in fünf Gruppen mit jeweils 28 Kindern. Ähnlich wie im Eltern-Kind-Kurs gibt es auch hier einen eigenen Orientierungsplan, der jede Kursstunde mit dem Aufbau eines neu gestalteten Großgeräteparcours und verschiedenen Spiel- und Übungsformen mit Kleingeräten und Materialien bereichert. Die Ziele dieses Kurses liegen in der Verbesserung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten der Kinder sowie in der Schulung grundlegender sportartspezifischer Fertigkeiten.

Sporties Schwimmschule

Der Kurs für Kinder im Alter von 4 bis 5 Jahren besteht aus drei Kursblöcken pro Jahr, wobei jeder Block 12 Kursstunden umfasst. Insgesamt nehmen 96 Kinder an dem Kurs teil, aufgeteilt in 12 Gruppen mit jeweils 8 Kindern. Die Gruppen werden nach dem Schwimmniveau der Kinder eingeteilt, wobei es jeweils 2-3 Anfänger-, Seepferdchen-, Bronze-, Silber- und Kraulcourse gibt. Für alle Kursstufen gibt es einen eigenen Orientierungsplan. Das Hauptziel dieses Kurses liegt in der Verbesserung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten der Kinder sowie in der Schulung grundlegender schwimmspezifischer Fertigkeiten.

Sporties

Der Kurs richtet sich an Kinder ab 6 Jahren mit dem Silber-Abzeichen und Vorerfahrungen im Kraulschwimmen. Er besteht aus drei Kursblöcken pro Jahr, wobei jeder Block 6 bis 24 Kursstunden umfasst. Insgesamt nehmen 72 Kinder an dem Kurs teil, aufgeteilt in 9 Gruppen mit jeweils 8 Kindern. Die Gruppen sind in Einsteiger-, Freizeit- und Wettkampfgruppen unterteilt. Für alle Kursgruppen gibt es einen eigenen Orientierungsplan. Zusätzlich zum Schwimmtraining beinhaltet der Kurs auch Lauf-, Fitness- und Radtraining. Die Ziele dieses Kurses sind die Verbesserung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten der Kinder sowie die Verbesserung ihrer Schwimm-, Lauf- und Radfahrtechnik.

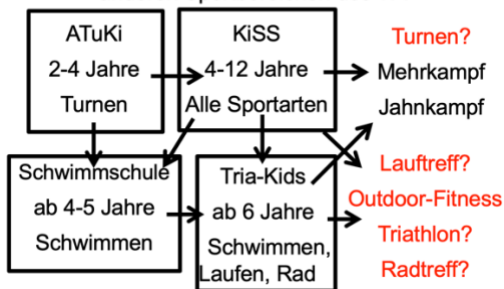
Kursteilnehmer-Entwicklung im Durchschnitt pro Kurs

ATuKi			65	72	69	66
KiSS			107	133	133	137
Schwimmen	50	63	95	99	94	96
Tria-Kids	12	20	48	48	67	64
Gesamt	62	83	315	352	363	363

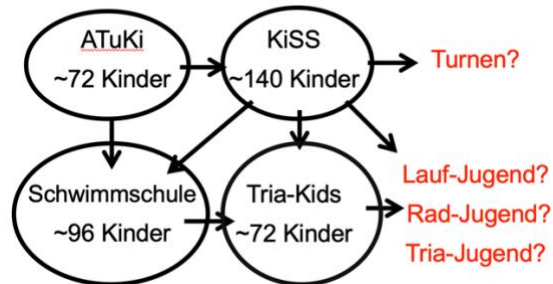
Wettkampfteilnahmen

Events			4	13		
Tria-Kids			55	81		

Anknüpfungspunkte (Sportbereiche) zwischen Kindersportschule, Schwimmschule und anderen Sportbereichen des TFF



Anknüpfungspunkte (Teilnehmer) zwischen Kindersportschule, Schwimmschule und anderen Sportbereichen des TFF



Was wir uns wünschen und was wir benötigen:

Um den Bedarf an weiterführenden Sportangeboten für Kinder ab etwa 10 Jahren zu decken, planen wir, zusätzliche Angebote zu schaffen. Für Kinder der Kinder-Sport-Schule (KiSS) ab diesem Alter werden wir verstärkt Folgeangebote in verschiedenen Sportarten wie Laufen, Radfahren, und Sportspielen entwickeln. Dies ermöglicht es den Kindern, ihre Fähigkeiten weiter zu entwickeln und neue sportliche Interessen zu entdecken.

Für die Teilnehmer am Triathlon-Programm (Tria-Kids) ab ca. 10 Jahren streben wir an, das Angebot durch Ergänzungsangebote in den Bereichen Laufen, Radfahren und Fitness zu erweitern. Dies bietet den Kindern die Möglichkeit, ihre Fähigkeiten in diesen Disziplinen gezielt zu verbessern und eine solide Grundlage für ihre sportliche Entwicklung zu schaffen.

Des Weiteren planen wir, neue Sportangebote für Kinder ab ca. 10 Jahren einzuführen, die verschiedene Aktivitäten wie Laufen, Radfahren, Skaten und Sportspiele umfassen. Dies eröffnet den Kindern die Möglichkeit, eine Vielzahl von Sportarten kennenzulernen und ihre Vielseitigkeit sowie ihre sportlichen Fähigkeiten weiter auszubauen.

Um diese neuen Angebote erfolgreich umzusetzen, benötigen wir zusätzliche Kinder- und Jugendtrainer, die über Fachkenntnisse und Erfahrung in den Bereichen Laufen, Radfahren und Sportspiele verfügen. Durch ihr Engagement und ihre Expertise können sie den Kindern eine qualitativ hochwertige sportliche Betreuung bieten und sie auf ihrem Weg zu einem gesunden und aktiven Lebensstil unterstützen.

Pace-Team

Wir sind das PACE-Team – eine engagierte und wettkampforientierte Trainingsgruppe beim TF Feuerbach.

Unser Ziel: Unser Ziel ist es, uns systematisch auf ausgewählte Wettkämpfe und Meisterschaften vorzubereiten und dort gemeinsam anzutreten. Dabei geht es um die Steigerung unserer eigenen Leistungsfähigkeit und die Verbesserung der Präsenz und des Abschneidens unseres Vereins bei Meisterschaften.

Unsere Highlights:

1. Wettkampfabitionen:

- Wir nehmen an verschiedenen Wettkämpfen teil, sei es auf der Bahn, im Straßenlauf oder im Gelände.
- Unser Ziel ist es, persönliche Bestleistungen zu erzielen und den Verein stolz zu vertreten.

2. Trainingszeiten:

- Dienstags um 18:00 Uhr: Gezieltes Training auf der Bahn mit Intervallen für optimale Wettkampfvorbereitung.
- Freitags um 17:30 Uhr: Spezifisches Kräftigungstraining und Lauftechnik.
- Donnerstags um 18:00 Uhr und samstags um 9:00 Uhr: Empfohlen wird die Teilnahme am Training des Lauftreffs für weitere Ausdauersteigerung und Gemeinschaft.

3. Erfahrener Trainer:

- Unser Trainer Torsten Matthes, ehemaliger Profisportler, leitet die Trainingseinheiten und bringt seine umfangreiche Erfahrung ein.

4. Gemeinschaft und Motivation:

- Wir sind eine motivierte Gruppe, die sich gegenseitig unterstützt und anfeuert.
- Trainer Torsten Matthes sorgt für gemeinsame Trainingseinheiten und eine motivierende Atmosphäre.
- Das Intervalltraining in der Gruppe macht Spaß und spornt uns an.

5. Verletzungsprävention:

- Torsten achtet darauf, dass wir die richtige Intensität wählen, um Verletzungen zu vermeiden.
- Wir lernen, auf unseren Körper zu hören, um sicher und effizient zu laufen.

Wenn du Lust hast, dich sportlich weiterzuentwickeln und Teil einer engagierten Laufgemeinschaft zu sein, dann schau doch einfach mal bei uns vorbei! Wir freuen uns auf dich!





Bahntraining derzeit in Gerlingen

Walking und Laufen...Wiese

Alle Experten sind sich einig und wir Walker sowieso: **Nordwalking und Walking** ist der einfachste Weg, um gesund und kommunikationsfähig zu bleiben. Wenn wir 4 – 6 km in der Stunde walken und dabei Spaß, Freude und interessante Gespräche haben, dann wissen wir, wir haben alles richtig gemacht. Einige von uns leben zudem nach dem Motto „Es gibt kein schlechtes Wetter, nur schlechte Kleidung“. Neben der Bewegung ist in unseren Walkinggruppen aber auch das Miteinander wichtig. Für fast alle Lebenslagen gibt es hilfreiche, praxisnahe Tipps, wir erzählen von unseren besonderen Erlebnissen und wer regelmäßig dabei ist, weiß auch, wie es dem anderen geht. Unsere Gruppen sind offen für neue Mitwalker. Wir freuen uns über jeder Person, die mitmacht und sich auf eine Gruppe einlässt, ob dienstags, mittwochs oder samstags.

Weiterhin halten Daniela Ammer, Doris Boyken, Uli Burkhardt und Bernd Frodermann dienstags den **Wiesenlaufftreff** mit den Strecken zwischen 6 und 8 km und bei jedem Wetter am Laufen. Auch während der Winterzeit findet der Treff um 18 Uhr statt und die Betreuerinnen und Betreuer führen die Lauffreudigen sicher durch die Dunkelheit. Leider war die Teilnahme in Gr. 6/ Gr. 7 im jetzt vergangenen Winter erstmalig sehr gering. Aber: Auch ein kleines Wiesle ist eine Wiese... Wir bleiben dabei! Der Laufftreff Wiese bietet ein Angebot für moderates Laufen und wir freuen uns auch auf Neulinge.

Langlauftreff

Der Langlauftreff ist gut besucht. Insbesondere am Samstag nehmen regelmäßig 10 und mehr Personen teil. Das am Dienstag angebotene „Bahntraining“ lockt etwa 5-8 Personen zur Teilnahme und das obwohl wir derzeit ohne Bahn trainieren, über den Winter auf beleuchteten Strecken in der Nähe.

Neben dem regulären Angebot gibt es Trainingsgruppen, die sich (teilweise gemeinsam) auf Wettkämpfe vorbereiten:

Marathonvorbereitung: eine Gruppe von 6 Personen bereitet sich auf den Kopenhagen-Marathon am 5. Mai vor. Halbmarathonvorbereitung: mit dem Ziel, Halbmarathon am 7. April (Gerlingen, Freiburg, Berlin), es trainieren etwa 10 Personen

Outdoorfitness

Seit dem Frühjahr 2022 haben wir einen neuen Bereich etabliert, der sich zum Ziel gesetzt hat, Laufeinsteiger und -einsteigerinnen für das Laufen zu begeistern. Bisher wurden 4 Einsteigerkurse erfolgreich durchgeführt, wofür wir einen kleinen, engagierten Betreuerstab haben. Unser Dank gilt Simone Tontsch, Sabine Plangger, Johanna Friedel, Alex wenzel, Norbert Schempp, Eberhard Schraivogel, Josef Steimle und Hans-Peter Fuger für ihren Einsatz und ihre Unterstützung.

Aktuell haben wir einen Halbmarathonkurs erfolgreich abgeschlossen, und die Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben in Städten wie Berlin, Freiburg oder Gerlingen ihren oft ersten Halbmarathon gemeistert.



Unsere Gruppe vor dem Start in Berlin

Wir legen großen Wert darauf, dass neben dem Laufen auch Kräftigungsübungen, Yoga und Intervalltraining im Programm stehen, da diese Bereiche beim Laufen oft vernachlässigt werden. Unser Dank geht hier an Johanna, die für uns Kräftigung macht und an Simone, die für uns Yoga anbietet.



Wir sind stolz darauf, viele neue Mitglieder gewonnen zu haben, die beim Training für ihren ersten Halbmarathon oder beim regelmäßigen Training im Rahmen des TFF Spaß und Freude erleben!

Vier Einsteigerkurse seit 2022 – gemeinsame Läufe waren Warmbronn, Bietigheim, Weilimdorfer Silvesterlauf, Leonberger Stadtlauf. Schwäbisch Gmünd als Vorbereitung für den Halbmarathon....

Triathlon

Erfreulicherweise konnte die Triathlon-Abteilung im vergangenen Jahr 9 Zugänge verzeichnen und besteht nun aus 62 Vereinsmitgliedern. Bei 5 Abgängen entspricht das einem effektiven Wachstum von knapp 7% im Vergleich zum letzten Jahr.

Auch aus sportlicher Sicht ist im vergangenen Jahr einiges passiert. Neben diversen Einzelstarts bei Wettkämpfen in Esslingen, Kornwestheim und dem Ironman 70.3 in Luxemburg, war die Männermannschaft in der ALB-GOLD Triathlonliga aktiv. Nach vier Wettkämpfen in Waiblingen, Erbach, Welzheim und Schluchsee hat die Mannschaft in der Landesliga-Nord den 16. Platz von insgesamt 24 Mannschaften belegt.

Für die kommende Saison 2024 laufen die Vorbereitungen bereits auf Hochtouren. Ende März wurde ein Trainingsintensiv-Wochenende rund um unser Vereinsheim durchgeführt. Hierbei gab es neben gemeinsamen Lauf- und Radkilometern ein Kräftigungsprogramm und gemeinsames Frühstück.

Badminton

Die Mitgliederanzahl ist seit Ende 2022 deutlich gestiegen, und wir werden endlich wieder an der Hobbyliga ab September 24 teilnehmen.

Volleyball

Die Volleyballsaison begann mit großer Vorfreude, da in den letzten Jahren mit Corona, keine einfache Umsetzung möglich war. Die Trainingszeit wurde montags mit der Mannschaft "BW-Bank" in Botnang in der MOTIV-Sporthalle geteilt, mittwochs erfolgte weiterhin das Training in der Hattenbühl-Schulhalle. Die Spieler und Spielerinnen trainierten hart, um ihre Fähigkeiten zu verbessern und sich auf die bevorstehenden Spiele vorzubereiten. Es wurde in verschiedenen Stärken und Formen Muskelkraft und Ausdauertraining angeleitet, bevor es an die Technik ging und schließlich zum Spiel.

Da wir uns gegenseitig mit der BW-Bank unterstützen, war es trotz weniger Spieler und Spielerinnen für beide Mannschaften möglich, sich jeweils für die neue Staffel anzumelden und sich gegenseitig bei mangelnder Spieleranzahl auszu helfen. Während der Saison gab es Höhen und Tiefen. Das Team hatte einige beeindruckende Siege, bei denen es sein volles Potenzial zeigte, als Einheit zusammenarbeitete und auch gegen stärkere Gegner Stand hielt. Es gab jedoch auch Spiele, in denen die Spieler und Spielerinnen mehr oder weniger knappe Niederlagen hinnehmen mussten. Trotz der Herausforderungen blieb das Team motiviert und kämpfte bis zum Ende.

Es konnte auf Seite des TFF ein stabiler 3. Platz in der D Liga erzielt werden. Bei der BW-Bank konnten wir den 4. Platz in der C Liga sichern.

Jetzt, am Ende der Saison, kann das Team stolz auf seine Leistung sein. Es hat sich als Einheit weiterentwickelt. Obwohl nicht alle Spiele gewonnen wurden, haben die Spieler und Spielerinnen wertvolle Erfahrungen gesammelt und sind spielerisch gewachsen.

Die restliche Zeit dieser Saison wird mit Training und Turnieren verbracht, um für die nächste Saison bereit zu sein!



Das Angebot „freies Spiel“ des Bereichs Volleyball richtet sich an alle die Volleyball spielen wollen und technische Grundlagen dafür mitbringen. Alter und Spielstärke der Spielenden ist sehr gemischt. In den letzten Monaten konnten wir viele neue junge Spieler und SpielerInnen dazugewinnen.

Der Fokus liegt auf dem Spaß am Spiel. Die Teilnahme an Hobbyturnieren ist in Planung. Aktuell sind wir ca. 30 regelmäßig teilnehmende Spieler und SpielerInnen.

Dazu gehört bei uns auch der gemeinsame Besuch in der Besenwirtschaft, das Weihnachtsvolleyball, die Zielverpflegung des Volkslaufs....

Aktuell spielen wir am Montag und am Donnerstag in der Hattenbühl- bzw. Hohewarthalle. In den Sommerferien weichen wir auf den Beachplatz des SV-Zuffenhausen aus.



Senioren sport

Auch der Seniorensport kommt beim TFF nicht zu kurz. An verschiedenen Tagen in der Woche gibt es hierfür entsprechende Angebote.

Nach dem Grundsatz "Mehr Lebensqualität im Alter" werden mit funktioneller Gymnastik und Bewegung auf Musik die körperliche und geistige Fitness trainiert. Bei gutem Wetter wird Nordic-Walking auf dem Sportparkgelände und im Lindental geboten.

Anette Dörner und Karin Steyaert als professionelle Trainerinnen sorgen schon seit vielen Jahren für Kontinuität und Qualität in diesem Bewegungsangebot für Senioren. Doch auch das beliebte Gymnastik und Spiel am Freitag in der Hattenbühlturnhalle mit unserer Trainerin Andrea Dosch darf nicht vergessen werden.

Ein Blick auf die Homepage des TFF lohnt sich immer, und jeder findet hier für sich das richtige Angebot!

<https://www.tffeuerbach.de/sportbereiche/sonstiger-sport.html>



Radtreff

Der Sommerradtreff beginnt am **17.04.2024** und endet am **25.09.2024**.

Wir fahren jeden Mittwoch mit allen unseren Radgruppen.

Start der Radgruppen A und B sowie der Rennradgruppe(n) ist um **18.00 Uhr**. Jeder Radler hat die Möglichkeit eine Gruppe zu finden, die seinem Interesse und seiner Kondition entspricht. Die Rennradler fahren ohne elektrische Unterstützung und bilden bei Bedarf unterschiedliche Leistungsgruppen.

Ganzjahresradtreff am Montag

Beim Ganzjahresradtreff bieten wir grundsätzlich die Radgruppen A und B an. Wir fahren in der Sommerzeit um **13.30 Uhr** und in der Winterzeit bei passendem Wetter um **13.00 Uhr**.

Winterradtreff am Donnerstag

Beim Winterradtreff am Donnerstag, Startzeit **11.00 Uhr**, bieten wir nur eine gemeinsame Radgruppe an. Das Tempo wird den Teilnehmern angepasst. Im Winterradtreff wird **bis 11.04.2024**, danach wieder **ab 26.09.2024** gefahren.

Alle in 2024 geplanten Ein- und Mehrtagestouren sind ausführlich auf der Homepage aufgeführt.

<https://www.tffeuerbach.de/sportbereiche/radtreff.html>

Ballett

Seitdem unsere Trainerin Elena Dieser diesen Bereich übernommen hat, entwickelt er sich stetig voran. Inzwischen gibt es Dienstags für 6 – 8 jährige, und Mittwochs für 4 – 5 jährige ein Angebot.

Ballett, das sind ausdrucksvolle, ästhetische Bewegungen zu klassischer und moderner Musik. Lerninhalte sind fließende Bewegungen, Sprungtechnik und Disziplin sowie die Verbesserung von Körperhaltung, Rhythmusfähigkeit, Beweglichkeit, und vieles mehr.

Dieses Angebot wird auch oft als Vorstufe bzw. begleitend zum Gerätturnen verwendet.

Tennis

Tatjana Mochalova - eine erfahrene Tennislehrerin, bietet allen sportlich begeisterten Kindern die Möglichkeit, spielerisch Tennisgrundlagen zu erlernen. Bei Tatjana sind alle Kinder ab ca. 4 Jahren herzlich willkommen.

Kurssystem

Das Gesundheitssportangebot beim TFF ist sehr breitgefächert aufgestellt. Von Beckenbodengymnastik, Qi Gong, Rückenfitness, Schongymnastik, Wirbelsäulengymnastik bis hin zu Yoga ist alles vertreten. Unsere qualifizierten Trainerinnen Anette Dörner, Wiltrud Stübler und Waltraud Hahn machen diese Angebote so erfolgreich!

Aber auch für Reha-Sport, der über eine Krankenkasse abgerechnet werden kann, sind wir mit unserer speziell dafür ausgebildeten Trainerin Karin Steyaert bestens aufgestellt.

Durch den beruflich bedingten Wegzug von Laura Oberle im letzten Jahr konnten die Fitnesskurse Ganzkörpergymnastik und Functional Fitness leider nicht mehr qualitativ hochwertig ersetzt werden, doch wir sind ständig auf der Suche nach Ersatz und hoffen, auch in diesem Bereich wieder aktiv werden zu können!